

地震にあったら

日本は、世界有数の地震国です。地震は、いつ発生するかわかりません。地震が発生したら特に次のことに注意してください。

1. まず、テーブルや机の下に身を隠しましょう。
2. 揺れが収まったら、コンロやストーブの火を止めましょう。
3. 窓や戸を開け、逃げ道を確保しましょう。
4. 火が出たら、消火器やバケツにくだ水で小火のうちに消しましょう。
5. 落ち着いて外へ出ましょう。瓦やガラスなどの落下物に注意しましょう。
6. 倒れやすいブロック塀、門柱、自動販売機には近づかないようにしましょう。
7. 余震や山・崖崩れ、津波に注意しましょう。
8. 市町村役場やラジオからの正しい情報を入手し、安全な場所へ逃げましょう。
9. 地震の発生に備えて、非常時持出品(p.20参照)を準備し、持ち出しやすいところに置いておきましょう。

Terremoto

O Japão é um dos países do mundo, com a maior incidência de terremotos. Não há como prever quando poderá ocorrer. Por isso lembre-se:

1. Primeiro, proteja-se embaixo de qualquer mesa ou escrivaninha.
2. Quando cessar o tremor, desligue o fogão e aquecedores se estiverem em uso.
3. Abra a janela e a porta, para garantir o meio de saída.
4. Se surgir qualquer sinal de fogo, apague com extintor ou mesmo com um balde de água, enquanto o fogo estiver baixo.
5. Saia com calma. Tome cuidado com objetos que podem cair sobre a cabeça, como telhas e vidraças.
6. Mantenha-se longe de muros de tijolos, colunas, máquinas de vendas e objetos fáceis de tombar.
7. Fique alerta quanto aos tremores subsequentes, desmoronamentos de montanhas e penhascos, e *tsunamis*.
8. Procure informações corretas através de rádio ou da prefeitura local, para fugir a um local seguro.
9. Deixe preparado um kit de emergência (V. pg.20) mantendo-o num local de fácil acesso.

震度とマグニチュード

震度は「揺れる大きさ」です。いろいろなところで調べます。

震度1から震度7まであります。震度7は一番大きい地震です。

マグニチュードは、地震の大きさです。地震の中心（震源）で調べます。

Intensidade sísmica (*shindo*) e magnitude

A intensidade sísmica na escala japonesa significa o “tamanho do tremor”.

O qual é registrado em várias partes.

A escala é de 1 a 7. A intensidade 7 (*shindo nana*) refere-se ao maior abalo sísmico.

Magnitude significa a intensidade do terremoto. O qual é registrado no epicentro (*shingen*).

| | |
|----------------------------------|---|
| 震度 3 <i>Shindo San</i> | 家の中で、地震がわかります。食器が少し揺れます。Percebe-se no interior da casa. As porcelanas do armário começam a tilintar. |
| 震度 4 <i>Shindo Yon</i> | 揺れていることが家の中でわかります。Sente-se o tremor tanto no interior assim como fora do prédio. |
| 震度 5弱 <i>Shindo Gogyaku</i> | みんな「危ない」と思います。皿や本が棚から落ちます。Tem-se a sensação de “perigo”. Os objetos dos armários começam a cair. |
| 震度 5強 <i>Shindo Gokyô</i> | みんな「怖い」と思います。家具が倒れます。Tem-se a sensação de “pavor”. Os armários começam a cair para o lado. |
| 震度 6弱 <i>Shindo Rokujyaku</i> | 立つことができません。ドアが壊れて開きません。家具が倒れます。家が壊れます。Difícil ficar de pé. As portas ficam estagnadas, não podendo abrí-las. As mobílias viram. As casas se rompem. |
| 震度 6強 <i>Shindo Roku kyô</i> | 立つことができません。家が倒れます。Impossível ficar de pé. As casas se desmoronam. |
| 震度 7 <i>Shindo Nana</i> | 動くことができません。建物が壊れます。道路が壊れます。Impossível se locomover. Os prédios, calçadas e ruas se rompem. |

台風・水害に備える

日本では、夏から秋にかけて台風が多く、地

すべりや洪水の被害が出ることがあります。

台風が近づいたら、天気予報に注意し、

登山・釣り・海水浴などは控えてください。

特に、次のことに気をつけましょう。

1. 停電に備えて懐中電灯や携帯ラジオを準備する。
2. 非常時持出品を用意する。(p.20参照)
3. 最寄りの避難場所・避難経路を確認する。
気象情報に十分注意して、避難勧告や指示が出れば速やかに避難する。
4. 強風の時には外出しない。
5. 折れた電柱や垂れ下がった電線には近寄らない。

Preparando-se para tufões e enchentes

Tufões atingem o Japão no verão até o outono, e frequentemente, causam deslizamento de terra e enchentes.

A medida que os tufões se aproximam, fique atento às previsões do tempo, e evite as atividades ao ar livre, como acampamentos, pescarias e balneários.

Principalmente, deixe preparado os seguintes itens:

1. Lanternas, pilhas e rádio portátil em caso de falta de energia.
2. Kit de emergência (V. pg.20).
3. Verifique com antecedência os locais de abrigos e rotas de evacuação em caso de emergência. Fique atento às informações de previsão do tempo e quando for dado as instruções para evacuação, faça-o imediatamente.
4. Permaneça no interior do prédio enquanto os ventos estiverem fortes.
5. Fique longe dos postes elétricos caídos ou dos cabos de alta tensão.

災害専用ダイヤル

地震や台風のとき電話はかかりにくくなる

場合があります。災害が起きたとき災害

専用ダイヤルを使って安否確認や家族、

友達に連絡することができます。

Telefones em caso de calamidades (Saigai-yô Dengon Dial)

Em caso de terremotos ou tufões, as ligações telefônicas ficam quase impossibilitadas. Disque o número de recados de emergência para poder informar-se da segurança da família e amigos, ou então contatar-se com os mesmos, em caso de calamidades.

◆災害用伝言ダイヤル 171 Disque “Saigai-yô Dengon Dial” — 171

メッセージを入れる「1711 (自分の電話番号)」

Deixar recados: 1711- (seu número do telefone)

メッセージを聞く「1712 (相手の電話番号)」

Ouvir recados: 1712- (número do telefone a ser contatado)

| | | |
|----------|---|---|
| web171 | https://www.web171.jp/ |  |
| ドコモ | http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi |  |
| au | http://dengon.ezweb.ne.jp/ |  |
| ソフトバンク | http://dengon.softbank.ne.jp/J |  |
| Y!mobile | http://www.ymobile.jp/service/dengon/ |  |
| J-anpi | http://anpi.jp/top |  |

非常時持ち出し品 Kit de emergência

| | | |
|-----------------|---|-----------------------------|
| Checkar チェック | o que deve ser levado, o que deve-se deixar preparado に とき も 逃げる時に持っていくもの、いつも準備しておくもの | |
| | alimentos (ração de emergência) | た 食べるもの (非常食) |
| | bebidas (água, etc.) | の 飲みもの (水など) |
| | lanterna | かいちゆうでんとう 懐中電灯 |
| | capacete | ヘルメット |
| | bateria do celular | けいたいでんわ 携帯電話の充電器 |
| | vestuário (roupas, peças íntimas, meias) | きがえ 服・下着・靴下 |
| | toalhas | タオル |
| | papel higiênico; lenço de papel | トイレットペーパー・ティッシュペーパー |
| | luvas de algodão | ぐんて 軍手 |
| | máscaras higiênicas | マスク |
| | escova e pasta dental | はみがき 歯みがき |
| | sacos plásticos | ビニール袋 |
| | filmes PVC para alimentos | だいどころよう 台所用ラップ |
| | talheres; pratos e copos de papel | わりばし(スプーン・フォー ク)・紙皿・紙コップ |
| | kairo - aquecedor corporal descartável | つかいす 使い捨てカイロ (寒いとき) |
| | rádio | ラジオ |
| | velas; isqueiro | ローソク・ライター |
| | tesoura; faca | はさみ・ナイフ |
| | lápiz ou caneta e caderno | ひっきようぐ 筆記用具 |
| | caderneta bancária; carimbo | つうちょう 通帳・はんこ |
| | passaporte | パスポート |
| | cartão de residente —zairyû card | ざいりゅう 在留カード |
| | dinheiro | かね お金 |
| | remédio (prescrição médica) | のくすり いつも飲む薬 |

災害のときの日本語 Japonês no momento de calamidades

| | |
|---|--|
| kinkyû jishin sokuhô 緊急地震速報 “newsflash” sobre terremoto | Haverá fortes tremores. Muito cuidado pois o perigo é grande. つよゆき あぶ これから強い揺れが来ます。危ないので注意してください。 |
| yoshin 余震 “tremor subsequente” | Tremor logo em seguida (o terremoto pela segunda ou terceira vez). くじしん かいめ かいめ じしん あとから来る地震 (2回目、3回目...の地震) |
| tsunami 津波 “tsunami” | Invasão violenta das águas causada por maremoto. おお はや なみ とても大きくて速い波 |
| tôkai suru 倒壊する “desmoronar” | Quando as casas e prédios se rompem. いえ たてももの こわ 家や建物が壊れます。 |
| keihô 警報 “alarme” | Aviso urgente sobre o perigo da catástrofe que está para acontecer. 災害が起きる前に危険を呼びかける強いお知らせ |
| keikai suru 警戒する “ficar alerta” | Prevenir-se. Tomar cuidado. じゅんび き 準備します。気をつけます。 |
| anpi wo kakunin suru 安否を確認する “verificar a segurança” | Verificar a segurança de alguém. かぞくともだち しら 家族や友達がだいじょうぶか調べます。 |
| hinan 避難する “procurar refúgio” | Fugir. 逃げます。 |
| hinan jô 避難所 “abrigo para refúgio” | Local onde todos se reúnem para se abrigarem (escolas, ginásios esportivos e kôminkans – sede das associações do bairro). あんぜん あつ がっこう たいいくかほ こうみんかん 安全のためにみんなが集まるどころ (学校・体育館・公民館など) |
| kyûen busshi 救援物資 “suplementos” | Suplementos, como roupas e alimentos que são distribuídos nos abrigos. 避難所でもらう食べ物や服など ひなんじょ たもの ぶく |
| kyûsui 給水 abastecimento de água | Obter água. 水をもらうこと みず |
| haikyû 配給 “distribuição de mantimentos” | Entrega de alimentos em horário determinado. たもの き じかん くば 食べ物などが決まった時間に配られること |
| takidashi 炊き出し “distribuição de refeição” | Alimentos preparados e servidos nos abrigos em horário determinado. ひなんじょ つく たもの くば 避難所などで作った食べ物を配ります。 |

避難所を調べる

地震や台風（学校や公民館）へ逃げてください。避難所は家の近くに（学校や公民館）にあります。避難所に食べ物、寝るところ、お知らせがあります。先に避難所の場所を調べておいてください。分からない時は、市役所や役場に聞いてください。

Verificar o abrigo para refúgio

Em caso de terremoto ou tufão, fuja imediatamente para o abrigo de refúgio (escolas e sede dos *kôminkans*). Os abrigos não ficam longe das residências. Nos abrigos são oferecidos alimentos, locais para dormir e informações. Verifique com antecedência os locais dos abrigos. Dúvidas sobre os locais, informe-se na prefeitura ou nas sucursais da prefeitura.

地図 近くの避難所を調べて、書いておきましょう！

Mapa Verifique o abrigo mais próximo e faça o mapa do local!

Informações sobre as medidas a serem tomadas

防災に役立つ情報

| | |
|--|--|
| <p>Portal para Prevenção de Calamidades de Okayama</p> <p>おかやま防災ポータル</p> | <p>(japonês, inglês, chinês e coreano)</p> <p>http://www.bousai.pref.okayama.jp/bousai/</p>  |
| <p>Governmento Provincial de Okayama – Guia de Prevenção de Calamidades aos Residentes Estrangeiros</p> <p>おかやまけん がいこくじんじゅうみんのための防災ガイドブック</p> | <p>(inglês, chinês, coreano e português, Vietnamita)</p> <p>http://www.pref.okayama.jp/page/detail-31559.html</p>  |
| <p>Portal do Museu de Prevenção de Calamidades do Corpo de Bombeiro</p> <p>しょうぼうぼうさいはくぶつかん 消防防災博物館</p> <p>* este museu existe apenas no website.</p> | <p>Panfleto sobre Prevenção de Calamidades – “Procedimentos de Emergência em Terremotos”</p> <p>(inglês, chinês, coreano, português)</p> <p>https://www.bousaihaku.com/brochure/</p>  |
| <p>Agência de Controle de Incêndios e Catástrofes</p> <p>そうむしょうしょうぼうちよう 総務省消防庁</p> <p>Soumushô Shôbou-chô</p> | <p>(japonês) http://www.fdma.go.jp/</p>  <p>(inglês) http://www.fdma.go.jp/en/</p>  |

| | |
|--|---|
| <p>Agência de Metereologia</p> <p>きしやうちやう 気象庁 Kishuchô</p> | <p>Vídeo ilustrando o perigo do <i>Tsunami</i> – “Fugindo do <i>tsunami</i>” (japonês, inglês)</p> <p>http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/tsunami_dvd/</p>  |
| <p>Conselho de Órgãos Autônomos Locais para a Internacionalização – CLAIR</p> <p>いちざい じちたいこくさいか きやうかい (一財)自治体国際化協会 – CLAIR (Ichizai) Jichitai Kokusai-ka Kyoukai</p> | <p>Guia Multilíngue de Informações Cotidianas (15 idiomas)</p> <p>http://www.clair.or.jp/tagengo/</p>  |
| <p>NHK WORLD</p> | <p>Aplicativos para smartphones e tablets</p> <p>http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/app/</p>  |

Memorando para Prevenção de Calamidades 防災メモ

| | |
|---|---|
| <p>Nome なまえ 名前</p> | <p>Bombeiro・Ambulância</p> |
| <p>País くに 国</p> | <p>しょうぼう きゆうきゆう 消防・救急   119</p> |
| <p>Tipo sanguíneo けつえきがた 血液型 A B O AB</p> | <p> Polícia けいさつ 警察 110</p> |
| <p>Passaporte nº パスポート№</p> | <p>171</p> |
| <p>Cartão de Permanência (zairyû card) ざいりゆう 在留カード</p> | <p>Saigai-yô dengon dial (recados em caso de calamidades)</p> |
| <p>Endereço no Japão にほん じゆうしよ 日本の住所</p> <p>Tel. Nomes da família かぞく なまえ 家族の名称</p> | <p>さいがいようでんごん 災害用伝言ダイヤル</p> <p>Local para juntar-se com a família quando em calamidades. さいがい かぞく あ 災害のとき家族で会うところ</p> |
| <p>Firma, escola, etc. かいしや がっこう 会社・学校など</p> | <p>Embaixadas e consulados</p> |
| <p>Nome なまえ 名前</p> <p>Endereço じゆうしよ 住所</p> <p>Tel.</p> | <p>たいしかん りやうじかん 大使館・領事館</p> |
| <p>Amigo no Japão なまえ 名前</p> <p>Endereço じゆうしよ 住所</p> <p>Tel.</p> | <p>Entidades do governo やくしよ 役所</p> |
| <p>Contato no estrangeiro</p> | <p>Gás ガス</p> |
| <p>Nome なまえ 名前</p> <p>Endereço</p> | <p>Energia でんき 電気</p> |
| <p>Tel.</p> | <p>Água すいどう 水道</p> |